TEACHERS OF BIHAR

दैनिक ज्ञानकोश

सीखें-सिखाएं, बिहार को आगे बढ़ायें

teachersofbihar@gmail.com

https://twitter.com/teachersofbihar

https://www.youtube.com/c/teachersofbihar

जयंती विशेष

14 अप्रैल 2025

Teachers of Bihar

The Change Makers

आज का सुविचार

भाग्य में विश्वास रखने के बजाए अपनी शक्ति

और कर्म में विश्वास रखना चाहिए ।

डॉ. भीमराव अंबेडकर

(भारत के पहले कानून मंत्री)

जन्म: **14** अप्रैल **1891** मृत्यु: **06** दिसम्बर **1956**

राकेश कुमार

www.teachersofbihar.org

मधु प्रिया

अम्बेडकर जयन्ती 14 अप्रैल

अम्बेडकर जयन्ती या भीम जयन्ती डॉ. भीमराव आम्बेडकर जिन्हें डॉ. बाबा साहेब अम्बेडकर के नाम से भी जाना जाता है, का जन्म दिन 14 अप्रैल को पर्व के रूप में भारत समेत पूरे विश्व में मनाया जाता है। इस दिन को 'समानता दिवस' और 'ज्ञान दिवस' के रूप में भी मनाया जाता है, क्योंकि जीवन भर समानता के लिए संघर्ष करने वाले अम्बेडकर को समानता और ज्ञान के प्रतीक माना जाता है। अम्बेडकर को विश्व भर में उनके मानवाधिकार आंदोलन संविधान निर्माता और उनकी प्रकांड विद्वता के लिए जाने जाते हैं और यह दिवस उनके प्रति सम्मान व्यक्त करने के लिए मनाया जाता है। अम्बेडकर की पहली जयन्ती सदाशिव रणपिसे इन्होंने 14 अप्रैल 1928 में पुणे नगर में मनाई थी। रणपिसे अम्बेडकर के अनुयायी थे। उन्होंने अम्बेडकर जयन्ती की प्रथा शुरू की।अम्बेडकर के जन्मदिन पर हर साल उनके करोड़ों अनुयायी उनके जन्मस्थल भीम जन्मभूमि महू (मध्य प्रदेश), बौद्ध धम्म दीक्षास्थल दीक्षाभूमि, नागपुर, उनका समाधी स्थल चैत्य भूमि, मुंबई जैसे कई स्थानिय जगहों पर उन्हें अभिवादन करने लिए इकट्ठा होते है। सरकारी दफ्तरों और भारत के बौद्ध-विहारों में भी आम्बेडकर की जयन्ती मनाकर उन्हें नमन किया जाता है। विश्व के 100 से अधिक देशों में अम्बेडकर जयन्ती मनाई जाती है।

जयंती विशेष 14 अप्रैल

भीमराव रामजी आम्बेडकर *Bhimrao Ramji Ambedkar*, जन्म: 14 अप्रैल, 1891 - मृत्यु: 6 दिसंबर, 1956) एक बहुजन राजनीतिक नेता और एक बौद्ध पुनरुत्थानवादी भी थे। उन्हें बाबासाहेब के नाम से भी जाना जाता है। आम्बेडकर ने अपना सारा जीवन हिन्दू धर्म की चतुवर्ण प्रणाली और भारतीय समाज में सर्वत्र व्याप्त जाति व्यवस्था के विरुद्ध संघर्ष में बिता दिया।

Teachers of Bihar
The Change Makers

शिक्षा शब्दकोश

आज का शब्द **14.04.2025**

छात्र-केंद्रित दृष्टिकोण

छात्र-केंद्रित दृष्टिकोण **(Student-Centered Approach)** एक ऐसी शिक्षण पद्धति है जो छात्र की रुचियों, सीखने की शैलियों और व्यक्तिगत जरूरतों पर ध्यान केंद्रित करती है। इसमें छात्र को सीखने की प्रक्रिया में सक्रिय रूप से शामिल किया जाता है, बजाय सिर्फ सूचना के निष्क्रिय प्राप्तकर्ता होने के। इस दृष्टिकोण में, शिक्षक सुविधाकर्ता और मार्गदर्शक की भूमिका निभाते हैं, जबकि छात्र अपनी गति से और अपनी पसंद के तरीके से सीखते हैं।

THE CHANGE MAKERS

रोचक तथ्य/सामान्य ज्ञान

अंतरिक्ष में गुरुत्वाकर्षण नहीं होने की वजह से सोना मुश्किल होता है, क्योंकि वहां **लोग तैरते** रहते है। इसलिए अंतरिक्ष यात्री सोते समय दीवार से बंधे **खास स्लीपिंग बैग** में सोते है। ताकि वे इधर उधर न हो।

www.teachersofbihar.org राकेश कुमार

TOB खेल कॉर्नर

बॉक्सिंग गेम क्या है?

बॉक्सिंग की शुरूआत

सेंट लुइस 1904 के आधुनिक ओलंपिक खेलों में डेब्यू से पहले बॉक्सिंग को **पहली बार 688 ईसा पूर्व** में प्राचीन ओलंपिक खेलों में प्रदर्शित किया गया था। पेरिस 2024 में, कुल **248 मुक्केबाज** प्रतिस्पर्धा करेंगे, जिनमें **124 महिलाएं** और **124 पुरुष** शामिल हैं।

बॉक्सिंग खेल क्या है?

बॉक्सिंग बिना किसी हथियार के सिर्फ **दोनों हाथों के साथ मुकाबला** करने का एक तरीका है। जिसमें एक एथलीट अपने प्रतिद्वंद्वी के **सिर या शरीर पर मुक्के** मारकर अंक हासिल करने का प्रयास करता है। ये अंक जजों द्वारा तय किए जाते हैं या फिर मुकाबले के दौरान रेफरी किसी मुक्केबाज को मुक्केबाजी करने के लिए असमर्थ करार दे देता है।

बॉक्सिंग की प्रमुख खिलाड़ी

लवलीना बोरगोहेन

महिला मिडिलवेट डिवीजन में **वर्ल्ड चैंपियन** बनकर देश का नाम रौशन किया। पेरिस ओलंपिक 2024 में भारतीयों को मेडल की उम्मीद है।

जरीन निखत

जरीन निखत ने 2022 में महिला मुक्केबाजी **वर्ल्ड चैंपियनशिप में स्वर्ण पदक** और एशियाई खेलों 2023 में **कांस्य पदक** जीता था।

बॉक्सिंग के नियम

- बॉक्सिंग मुकाबला **एक रिंग** में होता है, जो **4.9 मी चौड़ी** और **7.3 मी लंबी** होती है।
- इसके चारों कोनों के बीच **रस्सियां** एक ऊंचे कैनवास मैच से जुड़ी होती हैं।
- एक मुकाबले में **दो मुक्केबाज** कई राउंड में एक-दूसरे का सामना करते हैं, जो **तीन मिनट** तक चलता है।
- अगर मुक्केबाज को मारकर जमीन पर गिरा दिया जाता है। तो इसे **नॉकडाउन** कहा जाता है और रेफरी **10 तक** गिनना शुरू करता है।
- जज हर राउंड से अलग-अलग स्कोर करते हैं और मुक्केबाज को **10 अंक में से** उनके मुक्कों की **शक्ति और सटीकता** के आधार पर अंक देते हैं।
- अगर प्रतियोगिता अंत तक चलती है तो ये स्कोरकार्ड ही **विजेता को तय** करते हैं।

/teachersofbihar

TEACHERS OF BIHAR
THE CHANGE MAKERS
14 अप्रैल
अग्निशमन सेवा दिवस
की हार्दिक शुभकामनाएं।
www.teachersofbihar.org
Madhu priya